



## Til deltagere i Salomon Hammer Trail Winter Edition 2017

Info til SALOMON HAMMER TRAIL Winter Edition den 21. januar 2017

Herunder vil du kunne finde diverse information om Salomon Hammer Trail.

### Starttidspunkter

- 50 miles - kl. 06.00
- 50 km - kl. 8.30 Start fra Hammerhavnen, kørsel fra Domen til Hammerhavnen 1/2 timer før start.
- Marathon - kl. 10.00
- ½ marathon - kl. 12.00
- 8 km - kl. 13.00 Start fra Hammerhavnen, kørsel fra Domen til Hammerhavnen 1/2 timer før start.

### Obligatorisk sikkerhedsudstyr - 50 miles, 50 km, marathon og ½marathon

Pandelampe må gerne ligges i depotet når den ikke benyttes. Der vil være stikprøvekontrol af obligatorisk udstyr under hele løbet. Mangel af obligatorisk udstyr vil medføre tidstraf.

- Vædskebælte/Camelback på minimum 1 liter
- Pandelampe (Kun ved 50 miles) OBS! Det bliver mørket kl. 16
- Plaster 5 stk./bandage 5 m
- Drikke/suppe-kop, der serveres kun drikke/suppe i medbragt kop
- Fløjte
- Survival blanket/alufolie
- Mobil telefon

### Tidsgrænser og cutoff's

#### 50 miles - dette er passagetider i hoveddepot

1. omgang – 3,5 timer
2. omgang - 7 timer
3. omgang - 11 timer
4. omgang og mål 15 timer

Der gives bæltespænde til de løbere der afslutter 50 miles under 11 timer og 15 min. Kvinder på 12 timer og 30 min.

#### 50 km

1. omgang - 1,5 time
2. omgang - 5 timer
3. omgang og mål 9 timer

#### Marathon

1. omgang - 3,5 time
2. omgang og mål 8 timer

## **½ marathon**

1. omgang og mål 4 timer

## **8 km**

1. omgang og mål 2 timer

## **Rute**

50 miles: 4 runder, hvor 1. runde kortes ned

50 km: 3 runder, hvor 1. runde kortes ned

Marathon: prolog + 2 runder start på Hammerhavnen

½ marathon: prolog + 1 runde

8 km: start på Hammerhavnen

1 runde vil være på ca. 20,6 km i meget kuperet terræn, ingen vandhuller og et minimum af asfalt. Der løbes på stier og små grusveje.

## **Afhentning af startnumre**

Startnummer og chip skal senest afhentes 1 time før start. Der kan også afhentes startnumre fredag mellem kl. 18-20 i Domen i Allinge. 50 miles løberne skal have afhentet startnumre fredag.

## **Depot**

Der vil være 2 depoter på ruten. Et målområdet og på Hammerhavnen, ca. 10 km ude på ruten.

Måldepotet: Coca-cola, vand, kaffe, te, varm cacao, saft, 32Gi Energidrik, appelsiner, bananer, chips, peanuts, slik, chokolade, sandwich, suppe, varm mad, vafler, pommefrites mm.

Hammerhavnen: Coca-cola, vand, kaffe, te, saft, 32Gi Energidrik, boullion, chips, peanuts

Det er kun muligt at ligge egenforplejning i hoveddepotet ved start/mål.

## **Præmieoverrækkelse**

Der vil løbende være præmieoverrækkelse efter 3. løbere er kommet i mål på hver distance.

## **Præmiesponsorer**

Salomon Danmark og 32Gi

## **Diverse**

Alle løbere vil få et armbånd på som skal bæres under hele løbet. Der bliver ikke udleveret noget forplejning uden armbånd.

Det er muligt for supportere at købe mad og drikke mm.

Det er muligt at få fyldt sin camelbag/væskeblære før start.

Løberne må kun få hjælp i hoveddepotet ved Domen.

Der må gerne løbes med musik i ørene, men husk at nyde naturen.

Husk at lukke lågerne I skal igennem.

Ruten er opmålt flere gange med SUUNTO AMBIT PEAK og er 20,6 km og 800 hm+

Det er muligt at lægge en dropbag i hoveddepotet.

Der er toilet og begrænset mulighed for bad i Domen. På ruten er der toiletter på Hammerhavnen.

Hjælp andre der er presset ude på ruten, det kan være dig lidt senere. Hep på dem du passerer på din vej.

### Transport

Bus forbindelse - se mere [www.bat.dk](http://www.bat.dk)

Taxa – DanTaxa 70 25 25 25

### Opmærkning

Ruten er mærket op med rød/hvide strimler og der er max 200 m. mellem hver afmærkning, så hvis du ikke ser en strimmel inden for ca. 300-400 m, så er du uden for ruten. Der vil være reflekser og skilte hvor I skal dreje.

Vi håber at kunne køre livedækning fra løbet på Facebookgruppe -Salomon Hammer Trail og på vores hjemmeside [www.hammertrail.dk](http://www.hammertrail.dk).

### Hvor er start/mål

Domen, Strandvejen, Allinge. Lige overfor Nordlandshallen

### Parkering biler

Der skal parkeres ved **Allinge Røgeri** og benyt stien forbi Kampeløkke havn hen til domen, Ca. 200 meter.

### Der er parkering forbudt ved Nordlandshallen og på Strandvejen

### Overnatning

Vi anbefaler Pension Slægtsgården i Allinge <https://www.slaegtsgaarden.dk/>

Eller Nordly i Sandvig <http://www.nordlybornholm.dk/>

Der er åbent på Restaurant "Det gamle Posthus" i Allinge hele weekenden.

<http://www.detgamleposthusallinge.dk/>

### Kontakt:

lob@tejnif.dk

Lene Møller +45 6154 9123 efter kl. 16

